

EXTRA

Cardápios da Ceia Econômica

6 CARDÁPIOS COMPLETOS PRONTOS

O que tem neste material

- 6 cardápios completos, da entrada à bebida
- Ordem de preparo de cada cardápio
- 10 dicas para economizar na ceia
- Feitos com as receitas do livro e dos extras

Dicas para usar

1. Leia a receita inteira antes de começar e separe os ingredientes.
2. As medidas usam xícara de 240 ml e colheres-padrão.
3. Os tempos de forno são para forno pré-aquecido. Cada forno varia um pouco.

Uso pessoal. Pode imprimir quantas vezes quiser.

Ceia do frango dourado

PARA 8 PESSOAS

O cardápio

ENTRADA	Pastinha de ricota com ervas
PRATO PRINCIPAL	Frango assado inteiro com limão (faça 2 frangos)
ACOMPANHAMENTO	Arroz à grega
ACOMPANHAMENTO	Farofa de banana
SALADA	Salada de grão-de-bico
SOBREMESA	Pudim de leite condensado
BEBIDA	Água aromatizada

Ordem de preparo

1. Na véspera: faça o pudim e deixe na geladeira.
2. Pela manhã: cozinhe o grão-de-bico e monte a salada.
3. 3 horas antes: tempere os frangos.
4. 2 horas antes: coloque os frangos no forno.
5. 1 hora antes: faça o arroz e a farofa.
6. 30 minutos antes: prepare a pastinha e a água aromatizada.

As receitas estão no Livro de Receitas da Ceia de Natal e nos extras. Para mais pessoas, aumente as receitas na mesma proporção.

Ceia do pernil

PARA 8 PESSOAS

O cardápio

ENTRADA	Ovos recheados
PRATO PRINCIPAL	Pernil assado ao vinho
ACOMPANHAMENTO	Arroz com passas e amêndoas (pode tirar as amêndoas)
ACOMPANHAMENTO	Farofa de bacon e ovos
SALADA	Maionese de batata
SOBREMESA	Rabanada assada
BEBIDA	Ponche de frutas sem álcool

Ordem de preparo

1. Na véspera: tempere o pernil e deixe marinando.
2. Pela manhã: faça a maionese de batata.
3. 4 horas antes: coloque o pernil no forno.
4. 1 hora antes: faça o arroz, a farofa e os ovos recheados.
5. Quando o pernil sair: asse as rabanadas no forno ainda quente.
6. Na hora: monte o ponche.

As receitas estão no Livro de Receitas da Ceia de Natal e nos extras. Para mais pessoas, aumente as receitas na mesma proporção.

Ceia do lombo recheado

PARA 8 PESSOAS

O cardápio

ENTRADA	Bruschetta de tomate
PRATO PRINCIPAL	Lombo recheado com farofa
ACOMPANHAMENTO	Purê de batata cremoso
ACOMPANHAMENTO	Legumes assados
SALADA	Salada verde com manga
SOBREMESA	Mousse de maracujá
BEBIDA	Limonada suíça

Ordem de preparo

1. Na véspera: faça a mousse.
2. Pela manhã: prepare a farofa do recheio.
3. 3 horas antes: tempere e enrole o lombo.
4. 2 horas antes: lombo e legumes no forno.
5. 1 hora antes: faça o purê.
6. Na hora: monte a salada, as bruschettas e a limonada.

As receitas estão no Livro de Receitas da Ceia de Natal e nos extras. Para mais pessoas, aumente as receitas na mesma proporção.

Ceia da carne louca

PARA 10 PESSOAS

O cardápio

ENTRADA	Dadinho de tapioca
PRATO PRINCIPAL	Carne louca desfiada com pães
ACOMPANHAMENTO	Arroz de forno
ACOMPANHAMENTO	Batata assada com alecrim
SALADA	Salada de grão-de-bico
SOBREMESA	Pavê de chocolate
BEBIDA	Coquetel de abacaxi com hortelã

Ordem de preparo

1. Na véspera: faça o pavê e a massa do dadinho.
2. Pela manhã: cozinhe e desfie a carne.
3. 3 horas antes: termine a carne louca e monte a salada.
4. 2 horas antes: asse as batatas.
5. 1 hora antes: arroz de forno e frite os dadinhos.
6. Na hora: bata o coquetel.

As receitas estão no Livro de Receitas da Ceia de Natal e nos extras. Para mais pessoas, aumente as receitas na mesma proporção.

Ceia da costelinha

PARA 8 PESSOAS

O cardápio

ENTRADA	Patê de atum com torradas
PRATO PRINCIPAL	Costelinha suína ao barbecue (faça 2 receitas)
ACOMPANHAMENTO	Arroz à grega
ACOMPANHAMENTO	Farofa de frutas secas (pode usar só passa)
SALADA	Salada verde com manga
SOBREMESA	Delícia de abacaxi
BEBIDA	Chá gelado de frutas

Ordem de preparo

1. Na véspera: faça a delícia de abacaxi e o chá.
2. 3 horas antes: tempere e embrulhe a costela.
3. 2 horas e 30 minutos antes: costela no forno.
4. 1 hora antes: arroz e farofa.
5. 30 minutos antes: abra a costela, passe o molho e prepare o patê.
6. Na hora: monte a salada.

As receitas estão no Livro de Receitas da Ceia de Natal e nos extras. Para mais pessoas, aumente as receitas na mesma proporção.

Ceia do rocambole

PARA 8 PESSOAS

O cardápio

ENTRADA	Espetinho caprese (pode trocar por muçarela comum)
PRATO PRINCIPAL	Rocambole de carne moída
ACOMPANHAMENTO	Purê de batata cremoso
ACOMPANHAMENTO	Couve-flor gratinada
SALADA	Salpicão de frango
SOBREMESA	Salada de frutas natalina
BEBIDA	Suco verde refrescante

Ordem de preparo

1. Na véspera: faça o salpicão (sem a batata palha).
2. Pela manhã: monte o rocambole e guarde na geladeira.
3. 2 horas antes: rocambole no forno.
4. 1 hora antes: purê e couve-flor gratinada.
5. 30 minutos antes: salada de frutas e espetinhos.
6. Na hora: bata o suco e cubra o salpicão com batata palha.

As receitas estão no Livro de Receitas da Ceia de Natal e nos extras. Para mais pessoas, aumente as receitas na mesma proporção.

10 dicas para economizar na ceia

1. Monte o cardápio antes de ir ao mercado e compre só o que está na lista.
2. Compare o preço por quilo, não o preço da embalagem.
3. Carnes como pernil, lombo, frango e costela costumam render mais que as aves de Natal.
4. Compre frutas da época, que estão mais baratas em dezembro.
5. Use o mesmo ingrediente em mais de um prato (ex.: batata no purê e na maionese).
6. Faça sobremesas de travessa, que servem muita gente com pouco.
7. Divida os pratos entre os convidados: cada família leva uma receita.
8. Prefira água aromatizada, chá gelado e sucos naturais às bebidas prontas.
9. Aproveite as sobras: carne vira recheio de torta ou sanduíche no dia seguinte.
10. Congele com antecedência o que der, como farofa pronta e massa de biscoito.